

神戸市版 お悩みハンドブックの操作説明



神戸市版 お悩みハンドブックでできること

①お悩みに気づき・整理する



表示される質問に答えていくことで、悩みの気づき・整理をサポートします

②支援制度を確認できる



個人や世帯の状況を選択していくことで、お悩みに合った支援制度・窓口を確認できます

③相談の準備ができる



神戸市内の窓口を確認したり、気になる支援をメモしておくことで、実際の相談の前準備ができます

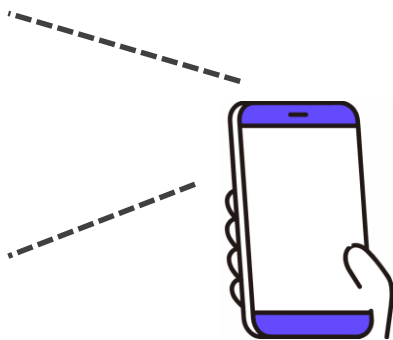


ご利用の流れ①

①下記のURLまたは、QRコードよりWEBサイトにアクセスします。

URL : <https://compass.graffer.jp/handbook-city-kobe/landing>

QRコード



①チラシをお持ちの方は、チラシのQRコードからもWEBサイトにアクセスできます。

【神戸市版 お悩みハンドブック チラシ】



神戸市版 お悩みハンドブック

質問にチェックすることで、
お悩みに応じた支援制度や
相談先の情報が見つかるWEBサービスです。
どなたでも、無料でお使いいただけます。

WEBサービスだから
24時間いつでも
ご利用いただけます。

こちらから
お使いいただけます。

神戸市 お悩みハンドブック

検索

<https://compass.graffer.jp/handbookcitykobe/landing>



ご利用の流れ②

② トップページ「スタート」ボタン、次ページ「回答を開始する」ボタンをクリックします。



神戸市版 お悩みハンドブック
ご利用の前に

必ずお読みください

あてはまる悩みにチェックをつけると、
役立つ支援がわかります

- | | | |
|--|---|------|
| ☒ 気分が落ち込む | → | 相談窓口 |
| ☐ やめたいのにやめられない… | → | 支援制度 |
| ☐ 水道光熱費が払えない… | → | 支援制度 |
| ☐ 借金・ローンの返済が… | → | 支援制度 |
| ☒ 相手の言う通りにしないと怒られる | → | 相談窓口 |
| ☒ 嫌なことをされる… | → | 支援制度 |
| ☐ 無視される… | → | 支援制度 |

結果表示の仕組み

☑ 正確に答えるほど、あなたにぴったりの支援が案内されます。



それぞれの選択肢は、支援と結びつく重要な情報です。
ただ、答えたくないときは無理に答えなくても構いません。

完全無料・登録不要

スタート

利用規約 / プライバシーポリシー

回答を開始する

ご利用の流れ③

③個人や世帯に関する質問に当てはまる項目をチェックし、「次へ」ボタンで回答を進めていきます。

あなたの年齢

- ☐ 17歳以下
- ☐ 18~19歳
- ☐ 20~29歳
- ☐ 30~39歳
- ☐ 40~49歳
- ☒ 50~59歳
- ☐ 60~64歳
- ☐ 65歳以上

次へ

悩みに関係ありそうな心配ごと

- ☐ お金
 - 水道光熱費、家賃、借金の返済、学費、医療費、収入の不安定さ など
- ☒ 仕事
 - 職場のトラブル（人間関係 / 病気や怪我 / 未払い賃金 など）、自分にあった仕事がない、スキルアップしたい など
- ☒ こころや身体の不調
 - ・ 体調不良や障害によって自由に動きづらい
 - ・ いやな気分や感情が続いている
 - 落ち込み、不安、イライラ、あせり など
 - ・ やめたいのにやめられない習慣がある
 - ギャンブル、お酒、食癖、薬物、ゲーム、性行為 など

選択した内容で回答し、次へ



ご利用の流れ④

- ④回答を進めていくと、選択内容に応じて該当する可能性のある支援施策・窓口が一覧で表示されます。
※選択内容によって、一覧表示される施策・窓口の数が前後します。

回答おつかれさまでした！

役立ちそうな支援が23件ヒットしました！



結果を見る

【重要】URLに回答などの情報が入っています



手続きが多すぎる…
何から始めていいんだろう…？
困りごとをうまく伝えられるかな…？

＼そんなときは／

💡 回答結果をシェアして
一緒にかんがえてもらおう



解決に役立ちうる支援

現在 23 件を表示中 (全23件)

絞り込む

相談窓口

協力も頼める支援機関（お金に困っているとき）



お金

自由に使えるお金に困っているときに頼れる、仕事と日常生活の安定に向けた支援機関

特徴: 生活影響が大きい, すぐに使える

+気になる

解説を読む

制度

もらえるお金（ひとり親）



お金

ご利用の流れ⑤

⑤各項目の「解説を読む」ボタンから、支援内容の概要を参照できます。

【重要】URLに回答などの情報が入っています



手続きが多すぎる…
何から始めていいんだろう…？
困りごとをうまく伝えられるかな…？

／そんなときは／



回答結果をシェアして
一緒にかんがえてもらおう



解決に役立つ支援
現在 23 件を表示中 (全23件)

絞り込む

相談窓口

協力も頼める支援機関（お金に困っているとき）



自由に使えるお金に困っているときに頼れる、仕事と日常生活の安定に向けた支援機関

特徴: 生活影響が大きい, すぐに使える

+気になる

解説を読む

制度

もらえるお金（ひとり親）



協力も頼める支援機関（お金に困っているとき）

自由に使えるお金に困っているときに頼れる、仕事と日常生活の安定に向けた支援機関



生活困窮者自立相談支援機関は、自由に使えるお金に困っているときに頼れる国の支援機関です。

事情を説明することで、手厚い支援プランを立ててもらえます。

- 得意分野：収入減 / 借金 / 支援の提供
- 実施形態：電話 / 対面
- 実施：市区町村
- 費用：無料

全地域で提供されている支援

一人ひとりに合わせたお金の相談

ご利用の流れ⑥

- ⑥解説画面の下部に、神戸市内の窓口情報を掲載しています。「外部サイトに移動する」ボタンから、神戸市HPなど詳しい説明ページに遷移します。

記事で紹介した支援

■ 生活困窮者自立相談支援機関

神戸市の情報

利用するには

この記事は支援情報をわかりやすくお伝えするため、かんたんな表現で解説しています。
ご利用の際は必ず担当窓口でご説明をお受けくださいませ。

生活困窮者自立相談支援機関

お住まいの区役所生活支援課・北神
区役所保健福祉課・北須磨支所生活
支援課 暮らし支援窓口

[外部サイトに移動する](#)

⑦ 神戸市以外の窓口をお探しの場合

以下のリンクから窓口の調べ方をご確認ください。

[全国版を確認する](#)

KOBE

検索

ホーム > 生活保護・地域福祉 > 生活困窮者自立支援 > 生活にお困りの方への相談窓口

生活にお困りの方への相談窓口

最終更新日：2024年8月13日

くらし支援窓口

「くらし支援窓口」は、各区役所に設置している相談窓口です。

専任の相談員が、様々な理由で経済的に困りの状況についてお聞きし、一緒に考え、解決に向けて寄り添った支援を行っています。

くらしのことでお困りの方は、ひとりで悩まずお気軽にお住まいの区の「くらし支援窓口」へご連絡ください。ご家族や地域の方からのご相談も受け付けます。また、必要に応じて、区社会福祉協議会と連携し、ご自宅などへの訪問もできます。

[チラシ \(PDF: 2,396KB\)](#)

ご利用の流れ⑦

⑦「サポートまとめ」の項目について、下部に神戸市の関連情報を記載しています。

サポートまとめ（子育て）

子育てを支える取り組みをまとめています。

国民年金保険料の育休期間の免除制度

お住まいの区役所・支所 国民年金
担当窓口

外部サイトに移動する

⑦ 神戸市以外の窓口をお探しの場合

以下のリンクから窓口の調べ方をご確認ください。

[全国版を確認する](#)

住民の方向けのご案内

もっと詳しく知りたいときの神戸市のページです。住民限定の支援情報が掲載されていることもあるため、ぜひご確認ください。

神戸市子育て応援サイト こどもっとKOBE

URL: <https://kodomotto-kobe.jp/>

参考リンク

- [おやこに寄り添う「ここならチャットKOBE」](#)

子育て応援サイト



こどもっと
KOBE



おやこに寄り添う「ここならチャットKOBE」

最終更新日：2024年2月19日

多くの行政サービスがある中で、どこに問い合わせ・相談をしてよいかわからない方や、そもそも自身が対象となっていると気づかない方がいます。また、問い合わせ等をしようと思っても、時間が合わない方や、面談・電話に抵抗を感じる方などがいると考えられます。

このような場合でも、「ここなら」気軽に話せる、「ここなら」何でも話せる、そんな親子に寄り添ったサービスになることを目指したLINE公式アカウント「ここならチャットKOBE」を開始しました。

子育てに役立つ情報をプッシュ型で配信し、配信した情報への質問等にわかりやすく答えることで、悩みや相談に応じた支援制度等をきちんと利用できるよう支援します。



内容の整理①

①一覧に表示された施策・窓口の情報をご自身の状況に合わせて、整理・絞り込むことができます。

【重要】URLに回答などの情報が入っています

手続きが多すぎる…
何から始めていいんだろう…？
困りごとをうまく伝えられるかな…？
／そんなときは／
💡 回答結果をシェアして
一緒にかんがえてもらおう

解決に役立つ支援
現在 23 件を表示中 (全23件)

絞り込む

相談窓口

協力も頼める支援機関（お金に困っているとき）
自由に使えるお金に困っているときに頼れる、仕事と日常生活の安定に向けた支援機関
特徴: 生活影響が大きい, すぐに使える
+気になる 解説を読む

制度

もらえるお金（ひとり親）



手続きが多すぎる…

結果を絞り込む

種類

☒ 制度 ☒ 相談窓口 ☒ 情報提供サイト

カテゴリー

☒ お金 ☒ しごと ☒ 住まい ☒ 権利の侵害 ☒ 子育て・介護
☒ その他

タグ

☒ 生活影響が大きい ☒ すぐに使える

現在 8 件 (全23件中)

チェックを外す 完了

内容の整理②

②気になる窓口があった場合、「相談内容をまとめる」ボタンから、相談したい内容を整理することができます。

依頼方法に応じた
2種類のまとめかた

SNSやメールで頼むなら
自動作成された例文をアレンジ



- 少し書き足すだけで完成
- やさしい解説つき
- 依頼から相談までの時間でしっかり目を通してもらえる

その場で頼むなら
資料を印刷して書き込む



- 相手の選らなくで渡す

相談内容をまとめる

相談目的を選ぶ

☒ 不安な気持ちを話したい



- [具体的には]
- () ただ話を聞いてほしい
 - () 励ましてほしい
 - () 応援して欲しい
 - () つらい気持ちを話して落ち着きたい
 - () 誰にも言えないぐちを聞いてほしいなど

☒ 役立つ情報を教えてほしい



- [具体的には]
- () 他の事例
 - () …同じような状況のひとはどう対処してきたのか
 - () 専門的な知識
 - () この地域独自の支援
 - () 支援以外の解決手段
 - () その他など

☒ 結論を出したいことがある



- [具体的には]
- () 【迷っていること】をやるか、やらないか
 - () 【納得できないこと】をどう考えるべきか話しながら整理したいなど

☒ やるべきこと（手続きなど）を整理したい



- [具体的には]
- () どの支援を使うか決めたい
 - () 使うためにやるべきことを洗い出す

内容の整理③

- ③お悩みハンドブックで回答した内容や案内された窓口の情報を、テキストまたはPDFデータにより出力が可能です。気になる窓口がある場合は、メール等で送付するか窓口で直接データ表示ください。

相談を依頼する

1. 出力方法を選ぶ

Aa テキスト

PDF

相談内容をまとめた文章の例文をコピーし、自分用のメモに貼り付けてください。

内容：

- 相談を依頼する例文
- これまでやってみたこと
- 状況の整理
- 力をお借りしたいこと

——相談を依頼するメッセージ（例文）——

最近ずっと悩んでいることがあり、1時間程度相談のお時間をいただけないでしょうか？

【相談相手】さんは、【相手が頼りになると考えた理由】と思ったので、お力添えをお願いできたら、と思っています。

とはいえ、ご多忙かと思いますので、もしご調整が難しいようでしたらお断りいただいても大丈夫

テキストをコピーする

※URLに回答結果が入っています※

相談を依頼する

1. 出力方法を選ぶ

Aa テキスト

PDF

The screenshot shows a consultation request form. At the top, there is a QR code and a title '相談依頼書' (Consultation Request Form). Below the QR code, there is a section for '相談内容' (Consultation Content) with a text area. At the bottom, there is a section for 'お問い合わせ先' (Inquiry Contact) with a list of checkboxes for selecting the contact person. The 'お問い合わせ先' section is highlighted with a red box.

印刷用PDFをダウンロードする